

# Mutproben“-Song

11. Jahrgang der Integrierten  
Gesamtschule Flensburg am  
21.2.2007

## Workshopbegleitung:

Edzard Hüneke, WISE GUYS  
Pastor Johannes Ahrens, Religionslehrer  
Sascha Görtz, Musiklehrer

## Refrain:

Was Du nicht willst, was man dir tu,  
das füg auch keinem anderen zu.  
Sei klug, sei stark, sei selbstbewusst,  
steh grade mit gestreckter Brust.  
Denn dieses Lied soll uns was lehr´n:  
Sich gegen die Gewalt zu wehr´n.  
Schluss mit Gewalt, hab´ den Mut,  
ohne Gewalt geht´s allen gut.

## Emotionen

Gefühle zeigen, oder doch lieber schweigen,  
das Schweigen brechen oder weiter leiden,  
die Angst enttäuscht zu werden, lässt mich  
nicht los,  
doch ich will kein Mitleid und bekomme  
keinen Trost.  
Aggression und Wut bringt dich nicht voran,  
weil man Probleme auch anders lösen kann.  
Und wenn mal wieder alles Scheiße ist,  
dann denke daran, dass du nicht alleine bist.  
Verdammt noch mal, mich regt vieles auf  
doch Gewalt und Schmerzen nehm´ ich nicht  
in Kauf.  
Freude und Zusammenhalt find ich viel  
besser,  
als irgendwelche permanenten Stresser.

## Höhere Gewalt

Auch wenn du alles verloren hast  
und du denkst, die Welt ist ungerecht,  
lass dich doch nicht unterkriegen,  
alles wird sich irgendwann zu Recht biegen.  
Dein Haus ist futsch durch Wetterkapriolen,  
dein Freund ist weg, die Schwester war  
schuld.  
Du bist krank, wie jede Woche,  
doch glaub daran, es geht vorbei.  
Kleine Kinder können sich auch nicht wehren,  
wenn ihre Eltern ihnen Unrecht tun.  
Wir können aber was dagegen machen,  
wenn wir Kinder ihren Mut erproben lassen.

## Physische Gewalt

Hand auf´s Herz und ne Menge Mut,  
wie wär´s denn einfach mal ohne Blut?  
Versuch´s heute einfach mal ohne schlagen,  
und trau dich was verbal zu wagen.  
Benutz deinen Verstand um zu reden,  
denn damit kannst du mehr bewegen.  
Es macht einfach keinen Sinn,  
genauso wie ein Schlag auf´s Kinn.  
Neulich sah ich einen Typ im Wagen,  
da kam einer und wollt´ ihn schlagen.  
Kann man „auf die Fresse“ nicht einfach  
lassen,  
ein Bier verzehren und das Hassen lassen?

## Mediale Gewalt

Morgens steh ich auf und es ist ok,  
weil ich immer als erstes in die Zeitung seh.  
Fett gedruckt in Schwarz auf weiß,  
seh ich wie der neueste Täter heißt.  
Mein Opa steigt in die U-Bahn ein,  
und kommt heraus mit ´nem verletzten Bein.  
Mit dem Handy film ich diesen Kampf,  
der nach fünf Minuten über die ganze Erde  
tanzt.  
Am Nachmittag schalt ich den Computer ein,  
und zieh mir die neuesten Gewaltspiele rein.  
All dies geschah an einem Tag,  
wie es wohl in einem Jahr sein mag?

## Verbale Gewalt

Es ist mal wieder Samstagnacht,  
ich lauf draußen rum und ich war voll baff.  
Es kommt ein kleiner Junge an,  
er guckt mich an und sagte dann:  
„Du Opfer, man, was willst du hier?  
Verpiss dich, das ist mein Revier.“  
Ich dachte mir: Alter, was geht ab,  
das Niveau der Jugend ist ziemlich flach.  
Es gibt nicht nur diesen einen Weg,  
wichtig ist, dass man drüber steht.  
Egal ob schwarz, weiß oder nicht,  
verbale Gewalt ist lächerlich.